

栄養成分表 3月

日付	エネルギーKCal kcal	たんぱく質 g	脂質 g	炭水化物 g	食塩相当量 g
2023年03月01日(水)	656	21.7	36.6	54.0	3.7
2023年03月02日(木)	538	24.4	36.4	25.0	2.5
2023年03月03日(金)	544	24.3	31.3	37.9	2.7
2023年03月06日(月)	638	21.0	45.9	33.9	3.1
2023年03月07日(火)	441	24.1	24.6	31.4	3.5
2023年03月08日(水)	560	24.6	30.0	45.4	4.1
2023年03月09日(木)	567	24.5	33.9	39.4	2.8
2023年03月10日(金)	472	23.0	23.9	41.9	3.6
2023年03月13日(月)	609	18.4	40.4	35.3	3.1
2023年03月14日(火)	444	22.4	21.9	39.8	3.5
2023年03月15日(水)	463	21.8	27.7	28.0	2.8
2023年03月16日(木)	489	25.6	29.0	28.3	4.3
2023年03月17日(金)	545	22.8	31.5	42.4	3.5
2023年03月20日(月)	546	25.9	31.1	38.8	3.3
2023年03月22日(水)	451	18.8	25.6	34.7	3.9
2023年03月23日(木)	436	17.9	25.6	33.8	3.6
2023年03月24日(金)	552	19.4	37.0	31.0	3.8
2023年03月27日(月)	441	17.2	25.8	35.5	2.5
2023年03月28日(火)	446	19.2	26.4	32.5	3.3
2023年03月29日(水)	441	20.7	24.3	32.7	3.9
2023年03月30日(木)	434	14.1	22.6	43.2	3.7
2023年03月31日(金)	424	19.4	22.4	36.7	4.1

- 仕入れの関係で内容が変わる場合がございます。予めご了承の上、ご注文いただけますようお願い致します。
- 掲載されている栄養素は、おかずのみです。数値は「五訂食品成分表」に基づいた当社計算数値であり目安として表示させて頂いております。
- ライスのカロリーは、約420kcalです。
- 個袋の調味料は、使用量に個人差があるため、含まれておりません。